**Здоровье детей – главная ценность** **семьи, общества,**

**государства, человечества**

Здоровье школьников важно для их физического, умственного и социального развития. Оно складывается из питания, физической активности, психоэмоционального состояния и профилактики заболеваний. Соблюдение этих аспектов позволит вырастить здоровую личность.

Физическое здоровье ‒ это один из элементов полноценного развития. Оно включает в себя сбалансированное питание, богатое витаминами и минералами для нормального роста и развития, и физическую активность, которая способствуют развитию мышц и сердечно-сосудистой системы.

Психическое здоровье – второй компонент здоровой личности, который состоит из эмоционального благополучия, влияющего на обучаемость и общение с ровесниками, и умения управлять стрессами и справляться с ними.

Немаловажную роль играет социальное здоровье – это взаимоотношения с другими, потому что социальные связи и поддержка со стороны сверстников и взрослых помогают формировать самооценку, и активное участие в внеурочных мероприятиях, что развивает и укрепляет социальные навыки.

 Чтобы жить полноценной жизнью, нужно стараться предотвращать развитие болезни. Это возможно сделать при регулярные медицинских осмотрах или при помощи вакцинации против распространенных болезней. В настоящее время делают прививки против таких заболеваний, как дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит, гепатит В, туберкулез, пневмококковая инфекция, краснуха, корь, паротит.

Забота о здоровье школьников – это инвестиция в их будущее и здоровье общества в целом. Необходимо поддерживать здоровый образ жизни, чтобы обеспечить полноценное развитие и благополучие детей.